





## LES COULEURS DE LA VIE



### Principe

A vous de compléter le tableau ci-dessous en trouvant pour chaque case un élément correspondant.

	<b>ALIMENTS</b> (solides ou liquides) 	<b>VÉGÉTAUX</b> (fleurs, arbres, fruits, légumes) 	<b>ANIMAUX</b> 	<b>MINÉRAUX</b> (pierres précieuses, roches...) 	<b>EXPRESSIONS COLORÉES</b>
<b>BLANC</b>					Ex. blanc bonnet, bonnet blanc
<b>JAUNE</b>					
<b>ROUGE</b>					
<b>VERT</b>					
<b>ROSE</b>					

### Intérêt de l'exercice :

Cet exercice fait appel à nos capacités d'organisation et de classement, capacités qui aident à la structuration de la pensée et à la mémorisation. Par la recherche de mots au cas par cas, il contribue à l'enrichissement du vocabulaire et stimule l'imagination.

### Déclinaison de l'exercice :

Imaginer un menu, (entrée, plat, dessert, boisson), monochrome

- un repas blanc
- un repas rose...

# MÉMOIRE ÉPISODIQUE

Objectif : Faire prendre conscience du temps. L'exercice consiste à poser des questions « en vrac » pour exercer notre mémoire des événements proches



Quelle est le nom de l'avant dernière personne avec qui vous avez parlé au téléphone ?



Qui, parmi vos proches, porte un vêtement bleu aujourd'hui ?



Quel est votre dernier achat ?

Où étiez-vous hier à la même heure ?



Où serez-vous demain à la même heure ?



Quelle est la date du printemps ?



# MÉMOIRE SPATIALE




Objectif : Faire prendre conscience de l'espace qui nous entoure. L'exercice consiste à poser des questions « en vrac » pour stimuler les repérages dans notre environnement et développer l'attention.

En ce moment même, êtes-vous face au sud, au nord, à l'est ou à l'ouest ?

A Marseille, où se trouve la FNAC ? VIRGIN MEGA STORE ?



Chez vous, où se trouve votre passeport, ou votre carte d'identité ?

Quel trajet faites-vous pour aller chez le dentiste ? Pouvez-vous donner le nom des rues principales ? Si vous prenez le métro ou le bus, donnez le nom des stations ... 

Chez vous, quel est l'objet le plus grand ? Le plus petit ?



Quelle forme avait la lune cette nuit ?



La dernière fois que vous avez pris un repas à l'extérieur, où étiez-vous placé ? A la droite de qui ? En face de Qui ?



Sauriez-vous dessiner le plan des locaux du lieu où vous vous trouvez ? Allez-y !



## Stimulation du langage

### LES MÉTIERS

A vous de trouver un nom de métier commençant par chacune des lettres proposées du tableau, (vous pouvez penser aux endroits où vous faites vos courses, aux personnes de votre entourage ou encore inspirez-vous des personnages en bas de page...).

Vous avez 10 minutes top chrono.

<b>C</b>	<b>M</b>	<b>P</b>
<b>A</b>	<b>D</b>	<b>S</b>

Comparez vos résultats avec ceux des autres, ont-ils trouvé les mêmes noms de métiers ? A plusieurs vous pouvez en trouver beaucoup plus !



**OBJECTIF DE L'EXERCICE :** L'exercice est limité dans le temps pour favoriser la concentration. L'important est de s'entraîner à chercher des mots pour stimuler le vocabulaire.

## PROVERBES



*Saurez-vous retrouver dans chacune des phrases suivantes les deux proverbes qui la composent ?*

Au royaume des aveugles, les souris dansent.

A femme avare, rien d'impossible.

Nul n'est prophète en un jour.

N'éveillez pas celui qui ne veut pas voir.

L'oisiveté est mère de sûreté.

Qui paye ses dettes récolte la tempête.

Qui vole un œuf s'enrichit.

La pluie du matin n'est pas mortelle.

Qui se sent morveux mal étreint.

Qui vole un bœuf dîne.

La plus belle fille du monde est à moitié pardonnée.

Qui sème le vent perd sa place.

Quiconque se sert de l'épée châtie bien.

A tout seigneur malheur est bon.

Il ne faut jamais jeter le manche après la pluie.

Il vaut mieux avoir affaire à Dieu qu'au médecin.

Tout vient à point qui finit bien.

Tout chemin mérite salaire.

Prudence est mère de tous les vices.

Tel est pris qui rira le dernier.

Les beaux esprits se suivent et ne se ressemblent pas.

Les jours se rencontrent.

## A CHAQUE OCCASION SON MENU



Nous allons, tous ensemble, composer des menus en fonction des occasions de la vie courante. Quand nous serons tous d'accord sur le choix des plats, et que toutes les cases du tableau seront remplies, nous prendrons le temps de relire et mémoriser l'ensemble. Attention, il faudra ensuite compléter un tableau vierge avec toutes les rubriques !

<p><b>REPAS DE FÊTE</b></p> 	<p><b>MENU MINCEUR</b></p> 	<p><b>MENU GOURMET</b></p> 
<p><b>MENU FIN DE MOIS</b></p> 	<p><b>PIQUE-NIQUE PLAGE</b></p> 	<p><b>MENU PAYS DU SUD</b></p> 

## A CHAQUE OCCASION SON MENU



Avez-vous bien retenu tous les plats qui ont été choisis ? À vous de vous tester : remplissez toutes les cases du tableau avec les menus correspondants.

<p><b>REPAS DE FÊTE</b></p> 	<p><b>MENU MINCEUR</b></p> 	<p><b>MENU GOURMET</b></p> 
<p><b>MENU FIN DE MOIS</b></p> 	<p><b>PIQUE-NIQUE PLAGE</b></p> 	<p><b>MENU PAYS DU SUD</b></p> 